« Notre être,

un orchestre sublime,

qui danse, avec joie,

dans le vent des tempêtes,

et qui joue, en coeur,

la musique de la Vie… »

Ananda Tyrell

Chemin du Levant 28

CH-1023 Crissier (VD)

Tél/fax : +41 (0)21 634 60 81

Email: ananda.tyrell@vegetarisme.ch

Enseignements et guérison holistiques

Consultations-guérisons individuelles

Méthode en fonction de la personne, à définir dès le premier entretien.

Cours en groupe

- **Rebounding (trampoline thérapeutique)**

Principe de base: le jeu de mouvements rythmiques augmente la force musculaire sans surcharge pour les articulations et la colonne vertébrale. Ce qui distingue le Rebounding de tous les autres sports, c'est qu'il entraîne la condition physique en un laps de temps beaucoup plus court et qu'il active chaque cellule du corps. Ajuste la posture, tonifie les muscles, détoxique et énergétise l'organisme, augmente l'immunité.

Un nouveau cycle de cours va débuter prochainement

Lieu: rue de Genève 65, 1er étage
Lausanne
Horaire : mardi entre 11h30 et 14h (durée du cours : 1heure)
Tarif: 1 cours Fr. 30.- / 10 cours Fr. 250.-

- **Massages thérapeutiques et cours de massage pour :**

- Individuel, bébé, famille
- couples, couples attendant un bébé:
  l'homme apprend à masser la femme pendant la grossesse, ce qui soulage les tensions corporelles et psychologiques de la mère; la participation du père à cette expérience de grossesse l'amène aussi à entrer encore plus en contact avec l'enfant, et cela déjà avant la naissance

- **Coaching pour thérapeutes** (perfectionnement)

- **Passive-resistant stretching (PRS)**

Lorsqu'on fait des étirements seul, on n'arrive pas à une détente de tout le corps. Pour décontracter une partie, une autre doit se contracter. Le PRS est une technique olympique de relaxation musculaire qui se pratique à deux. Pendant qu'une personne se détend entièrement, l'autre lui exerce des étirements.

- **Alimentation** végétale, vivante, et variée

Existe-t-il une nourriture spécialement destinée à l'être humain comme c'est le cas pour les animaux?… Y a-t-il un lien avec les désastres écologiques que subit la planète?

«Rien ne pourra accroître les chances de survie sur la terre que l'évolution vers un régime végétarien.» (Einstein)

«Je perçois au plus profond qu'arrivé à un certain point, la croissance spirituelle impose d'arrêter d'abattre les créatures qui vivent avec nous pour satisfaire nos plaisirs physiques.» (Gandhi)

Apprenez les bases fondamentales de l'alimentation humaine et les liens qui en découlent.

Alimentation : stand et conférence annuels au salon de médecines naturelles Mednat à Lausanne, www.mednatexpo.ch (pour les cours, rens. et inscr. ci-dessus)

- **Danse Intuitive**

Par l'éducation scolaire, entre autres, qui développe majoritairement la réalité matérielle - ce qui nous a limité à une dimension de cinq sens au lieu de pouvoir nous servir des douze - l'Intuition s'est appauvrie dans notre société. La Danse Intuitive est une des méthodes qui, par la prise de conscience et le déchargement des douleurs emmagasinées, contribue à notre guérison et enrichit l'Intuition. Toute petite déjà, à l'écoute de musiques ethniques, Ananda partait dans des mouvements qui interloquaient sa mère. Plus tard, ils furent reconnus comme s'apparentant aux danses culturelles correspondantes.

Danse intuitive : atelier lors du congrès annuel de Recto-Verseau, à Rolle, 16 mai 2005 (pour les autres stages, rens. et inscr. ci-dessus)

- **Développement personnel par le Yoga et la Méditation guidée**

- Yoga, un art de vivre au quotidien (indépendant d'appartenances religieuses)
- Yoga pour femmes enceintes
- Yoga du visage et des yeux : pour une expression saine et sereine

Horaire : jeudis 18h45-20h
Lieu : Ch. du Levant 28
1023 Crissier
Tarif : 1 séance Fr. 30.- / 10 séances Fr. 280.-

- **Coaching pour femmes enceintes et leur partenaire**

Une femme enceinte à l'hôpital: normal?! Mère de trois enfants, Ananda a vécu toutes ses grossesses et ses accouchements de manière douce et naturelle, sans recourir à la voie médicale. La sérénité de ses enfants et leur intégrité ont toujours attiré l'attention des gens, surtout des professeurs d'école. « Il est temps que les femmes retrouvent leur responsabilité féminine, car notre futur repose dans les mains de nos enfants. »

- **Alpha-training et les lois spirituelles**

C'est une méthode pour améliorer et développer nos facultés mentales avec comme but une meilleure maîtrise de notre vie et de notre destin. La première étape consiste en l'apprentissage de la relaxation profonde, grâce à une technique très spécifique. Ainsi, le participant apprend à maîtriser le niveau de conscience associé aux fréquences cérébrales Alpha.
Nous apprenons l'hygiène mentale ainsi qu'une éducation âme-esprit, qui est omise dans notre système scolaire, de même qu'une compréhension des Lois Cosmiques.
Un mode d'emploi pour réussir dans notre vie.